

# Worüber ich mich heute freuen kann...

**Beitrag von „Sissymaus“ vom 6. Oktober 2024 17:39**

## Zitat von s3g4

Ich bin heute zum zweiten Mal, nach einem Jahr Pause, beim Krafttraining. Fühlt sich gut die Muskulatur wieder zu zerstören.

(Bin nur wahnsinnig schwach geworden, im Vergleich zu letztem Jahr)

Musstest Du Pause machen? Wünsche erfolgreichen Neustart!